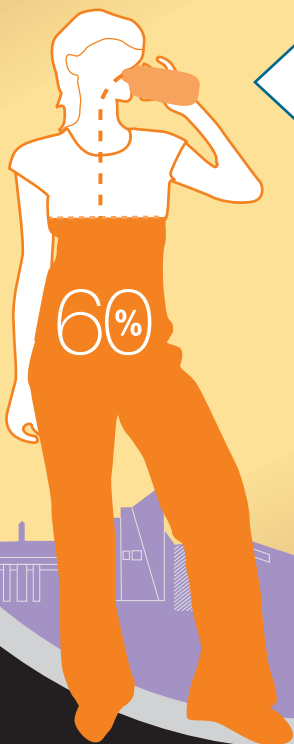


Hay mil formas
divertidas de hidratarse



¡No te DESHIDRATES!

Bebe al menos 2 litros al día. Además de agua, las infusiones, refrescos, zumos, lácteos, caldos, etc. ayudan a beber lo necesario. El sabor de las bebidas también hace más fácil tu hidratación.



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES
DE FARMACÉUTICOS



OBSERVATORIO DE
Hidratación y Salud



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD
Y POLÍTICA SOCIAL

